ШКОЛА ВЫЖИВАНИЯ

• ЗВЕЗДЫ И СТРЕСС

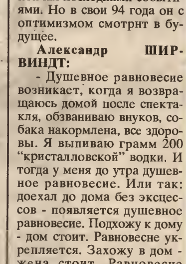
Сил придают женщины и юмор

ОДНА бывшая балерина, пожилая женщина, когда ей посоветовали организовать в театре забастовку, чтобы труппе наконец выплатили зарплату, отреагировала так: "Что вы, деточка! Нельзя! Это же вам не нефтепровод какой-нибудь. Это же театр!.."

Услышав такое, мы всерьез заинтересовались тем, как удается им, творческим людям, сохранять душевное равновесие в самые неуравновешенные времена?

Армен ДЖИГАРХАНЯН:

- Это мой дом, который вносит в душу ощущение покоя, мой кот. Это театр, моя профессия. Я не перестаю удивляться - какое это чудо! Это какие-то хрупкие, для других, наверное, непонятные вещи, но именно они создают душевное равновесие, врачуют. Все остальное - разрушительно. То, что происходит вокруг, выбивает почву из-под ног. Я понимаю, что так бывает: доллар взлетает, рубль падает. Наверное, это нормальное явление в обществе, но почему-то у нас это унижает человеческое достоинство...



Фотоцентр "АиФ"

Глеб ПАНФИЛОВ:

- Это семья, жена, дети, друзья. Это - маленькая Родина, потому что большая Родина только огорчает. И еще - работа. Любимая работа.

Семен ФАРАДА:

- Душевного равновесия помогают достигать юмор и ирония. Других радостей никаких в жизни нет.

Аркадий ВАЙНЕР:

- Мне помогает правило царя Соломона: "Все проходит". Если ты это знаешь, то в процессе любой боли, любой беды можно сохранить душевное равновесие. Второе важное обстоятельство - это мой характер. Я всегда вижу зрительный зал не полупустым, а полупереполненным. Плюс постоянная поддержка женской половины планеты, адресованная мне, помогает сохранить бодрость и точно знать, что все будет хорошо.

Олег ЕФРЕМОВ:

- Душевного равновесия в жизни не бывает. Я, по крайней мере, его никогда еще не достигал.

Григорий ГОРИН:

- Первый фактор: относительность неприятностей, исходя из теории "могло быть и хуже". Второе - наличие собственного дома, который есть моя крепость, включая сюда и семью. И третье - вера в пример собственного отца, который прошел все войны, перенес несколько инфарктов, эмиграцию. Терял деньги раз восемь, начиная с первых конфискаций времен нэпа и кончая последними событиями. Но в свои 94 года он с оптимизмом смотрит в будущее.

Александр ШИРВИНДТ:

- Душевное равновесие возникает, когда я возвращаюсь домой после спектакля, обзваниваю внуков, собака накормлена, все здоровы. Я выпиваю грамм 200 "кристалловской" водки. И тогда у меня до утра душевное равновесие. Или так: доехал до дома без эксцессов - появляется душевное равновесие. Подхожу к дому - дом стоит. Равновесие укрепляется. Захожу в дом - жена стоит. Равновесие опять укрепляется. Потом раздается звонок из "АиФ", и я узнаю, что принадлежу к "сливкам" творческой интеллигенции, раз уж меня поставили в один ряд с Джигарханяном, который почти Сенека. Равновесие укрепилось окончательно! И с этим чувством я ложусь спать. Встаю рано без какого бы то ни было душевного равновесия и мечтаю дожить до того, о чем было сказано выше.

Светлана КУЗИНА, Андрей БЕЛЯКОВ

• ИСКУССТВО ЖИТЬ БЕЗ СРЕДСТВ

"ИСКУССТВО жить без средств" - так назывался материал нашего корреспондента Н. Бояркиной, опубликованный в "АиФ" № 41 о том, как семья, состоящая из пенсионеров и их детей-инвалидов, зарабатывает на жизнь и строительство дома, выращивая овощи на трех сотках земли. Мы просили читателей поделиться своими рецептами, как заработать на жизнь. И вот первые отклики.

Гордая прачка

ОДНАЖДЫ меня разбудил звук разбившейся посуды. Подумала, что это крысы. Ринулась на кухню, и вдруг на меня накатила неизвестно откуда взявшаяся волна ярости: спрятавшись за холодильником, сидел мой сын и, давясь, ел последний кусок хлеба. "Ну вот, - кипело во мне, - завтра вся семья останется голодной!" Я не знаю, что со мной тогда произошло. Схватив разделочную доску, я что есть мочи ударила его по рукам. Опомнилась только тогда, когда ребенок от страха упал в обморок. И тут я сама завыла белугой. От моего крика проснулись дочки, бросились ко мне: "Мамочка, не бей Степу! Пусть съест нашу долю. Он такой голодный!"

Год назад в автокатастрофе погиб мой муж, мы лишились всего, опоры и средств к существованию. Пенсию и детское пособие в нашем городе дают редко. Денег не было даже на хлеб. Перебивались старыми отрубями.

Жизнь безжалостно раздавила меня и моих детей. Выхода из тупика я не видела. А тут еще кризис! Раньше хоть соседи помогали, теперь же они оставляли излишки про запас. Получилось так, что кто-то на обвале рубля нажился, а простой народ потерял не только последние деньги, но и надежды. Я была охвачена страхом. Чувство безысходности росло стремительно, вытеснив все жизненные интересы, кроме инстинкта сохранения. С каждым днем становилось все тяжелее. Нервы мои раскалялись, и казалось, больше не выдержат. Я ощущала малейшие раздражители, все меня приводило в бешенство. Перестала радоваться детям. Подумала, что схожу с ума. Но скоро организм включил защиту. На смену нервной лихорадке пришло уныние. Шалости детей уже не раздражали, позже я и вовсе перестала на них реагировать. В мозгу господствовала только одна мысль: "Где взять деньги, чтобы накормить детей?" У нас нет садового участка. Нет средств для создания своего дела. Нет возможностей найти постоянную работу. Я понимала, что нужно предпринять что-то неординарное. Но что?.. Подумывала пойти на панель. Но как потом смотреть в глаза детям? А может быть, уйти в мир иной всей семьей? В раздумьях проходили дни и недели. Казалось, что все идет к логическому завершению.

Можете не верить, но мне помог мой покойный муж. Во сне он "пришел" ко мне и сказал: "Я знаю, как ты мучаешься. Организуй домашнюю прачечную, и ты выиграешь". Я хотела поподробнее расспросить его, но он так же незаметно исчез, как и появился. Наутро я продумала его предложение. Действительно, в прачечной, которая действует в нашем микрорайоне, цены растут не по дням, а по часам. Семей, пользующихся ее услугами, становится все меньше. Почему бы не предложить свои услуги тем, кто не может воспользоваться фабрикой-прачечной? У меня есть мощная стиральная машина-автомат, в квартире две огромные лоджии и большая ванная комната. Словом, есть все, чтобы в полной мере развернуть такой бизнес. Решив, что мои цены будут в два раза ниже, чем во всех прачечных, я повесила объявления. Клиенты появились на второй же день. И дело пошло!

Через несколько дней появились первые деньги. Я отдала долг, и еще остались деньги на еду. Решила: накоплю денег и открою официально свою фирму. Компаньонами приглашу таких же несчастных, как и я, - безработных и нищих многодетных женщин.

Мария НИКОЛАЕВА, Пермь

Зомби идут под венец

СТРАШНОЕ письмо пришло в редакцию из Калмыкии. Бьет тревогу Тамара Александровна Мацаева, проживающая в городе Элисте на улице Ломоносова, 48. "Пишу вам впервые, а заставило меня - горе. Мой сын вошел в секту Муна, и теперь он дома не живет. А 29 ноября 1997 г. в Волгограде была свадьба. Он женился (вернее, его женили) на девушке из Уфы, которую он увидел первый раз в день свадьбы. На наши уговоры, слезы и просьбы не реагирует. Я чувствую, что теряю сына".

В РОССИИ четко прослеживается засилье тоталитарных сект в **Москве, Санкт-Петербурге, Новосибирске** и на юге страны. В последнее время сектанты особенно активизировались в **Астрахани, Волгограде, Ростове-на-Дону, Сочи, Ставрополе** и **Калмыкии**. В этих местах отмечается их проникновение не только в студенческие молодежные "тусовки", но и криминальные структуры. Так, несколько преступных авторитетов, никогда не веривших ни в Бога, ни в черта, вдруг превратились в истово верующих. "Братки" стали ярыми поклонниками Муна. Даже десятую часть "общаковских" денег начали отдавать на нужды секты.

Сан-Мен Мун, южнокорейский проповедник, создал самую могущественную тоталитарную секту в мире. Ее филиалы действуют в 109 странах мира, в том числе и в России.

ТАЙНЫ ПЕРЕДВИЖНОЙ ЛАБОРАТОРИИ

ЗЛЫЕ языки в воровской среде утверждают, что криминальные "авторитеты" специально "закосили" под мунистов, чтобы как можно меньше денег переводить из "общака" на "подогрев" зеков, отбывающих срок в зонах. Другие говорят, что во всем виновато **психотронное воздействие**. Среди блатных ходят слухи, что в южных городах России то и дело появляется какой-то странный автокараван, состоящий из нескольких фургонов. Машины как машины. Обычно в таких хлеб возят. Но уж больно на них много всяких антенн. Причем некоторые какой-то невиданной формы.

Сначала предполагали, что это военные со своими секретными радарами перемещаются. Но за рулем автомашин сидели не солдаты, а пожилые молчаливые мужики в штатском. Руководил ими молодой, бритый наголо парень в оранжевом кришнаитском балахоне. На милиционера или работника ФСБ он вроде не был похож, да к тому же имел "маляву" от очень известного вора в законе. На блатхатах, где по этой записке принимали этих странных приезжих, "кришнаит" водку не пил, девок не лапал, а лишь складно проповедовал учение Муна.

Поначалу все эти бредни крутым ребятам были до лампочки. Однако после этих проповедей у них головы болели, словно от трехдневного запоя. По признанию боевиков, общавшихся с приезжими, им в голову как будто гвозди вбивали: чти Муна, выполняй приказы "бригадира", отдавай ему все заработанные деньги.

Все это было мало похоже на гипноз. "Братки" не замечали, чтобы кто-то из них терял сознание, впадал в транс. Внушение происходило незаметно. Как будто какая-то **незримая энергия давила на подсознание, подавляла волю**, заставляла подчиняться неведомому божеству. Уголовники не становились добрее, чище, как это нередко происходит после обычных молитв. Ведь психотронное оружие не уничтожает в человеке темное и злое, а лишь блокирует его собственное "я", превращая в послушного зомби.


Коллаж Андрея Дорофеева

ПО РЕЦЕПТАМ СПЕЦСЛУЖБ

ВПРОЧЕМ, техника техникой, но даже самые современные новинки психотроники действуют далеко не одинаково. В большей степени зомбированию подвергаются люди с неустойчивой психикой, одинокие, легкоранимые.

Прежде всего мунисты стараются отсечь человека от родственных связей. Контакты с родителями не поощряются, поскольку все они "погрязли в мирских грехах". Общество объявляется "миром сатаны", который должен погибнуть в третьей мировой войне. **"Блессинг" - пропуск в рай** - получат якобы только верные последователи Муна.

Влияние его секты намного выше, чем у японской "Аум синрикё". В России мунисты работают в основном с молодыми политиками, журналистами, студентами - будущей элитой страны.

Однако в последнее время **рожденная в научных центрах спецслужб современная технология "промывания мозгов" с успехом применяется и для влияния на криминальных авторитетов.** В свою очередь, главарям мафии выгодно превратить рядовых бандитов в зомби, безоглядно преданных своему повелителю.

В угоду мафии и "живому богу" мунисты отказываются от всего. Они работают на него часто во вред не только себе, но и своей стране. Поэтому эксперты российских спецслужб не раз высказывали озабоченность деятельностью сектантов, поскольку она идет вразрез с национальными интересами России. Не секрет, что сам Мун давно связан с ЦРУ.

Александр КОНДРАШОВ

● ИРОНИЯ СУДЕБНОГО ПРОЦЕССА

Труп был пьяный и веселый...

ОПУБЛИКОВАВ в номере 41 материал под названием: "Убил жену дважды и вышел на свободу", мы, честно говоря, рассчитывали, что такая юридическая сенсация будет единственной. И ошиблись: в нашей стране возможно и не такое.

ЕЩЕ более сенсационная история, о которой нам сообщил ее непосредственный участник, произошла в маленьком северном городке. Там местная милиция задалась целью посадить одного бизнесмена. Тактика была простая: некая старушка написала заявление, где обвиняла бизнесмена в том, что он ее якобы избивал, вымогал деньги и чуть ли не убил.

Местное ОВД среагировало более чем оперативно: подозреваемый был немедленно доставлен в ИВС. После чего командовавший операцией зам. начальника ОВД собрал совещание. И объяснил подопечным, что нужно два дня холить и лелеять заявительницу (отличавшуюся пристрастием к алкоголю), заставить ее выучить "заяву" почти наизусть, а попутно из числа ее собутыльниц подобрать пару свидетельниц, чтобы они и подтвердили факты из заявления.

Сотрудники милиции с ящиком водки направились к заявительнице, но ее не обнаружили. Прочесав все городские притоны, опера пришли к гражданину начальнику и объяснили ситуацию.

- Тут что-то не так, - заявил видавший виды начальник. *- Он, наверное, ее кокнул.*

- Так как же он мог ее кокнуть, когда в ИВС сидит?

- Элементарно, коллеги: бросил маляву корешам, те ее и замочили. Нет человека - нет и проблемы.

- А что теперь делать?

- А это даже и лучше: мы ему сто вторую (умышленное убийство) *вешаем паровозом, и он идет в тюрьму, как миленький.*

Тем не менее для немедленной отправки "на отдых" нужна санкция прокурора.

Прокурора уговорили, и он дал отмашку на отправление в тюрьму. Подозреваемый обиделся, отказался сотрудничать со следствием, но маляву корешам бросить успел. Те провели оперативно-розыскные мероприятия и потерпевшую нашли. Но, зная ситуацию, дождались начала суда и привезли старушку прямо к заседанию. Ее хорошо напоили и посоветовали сидеть тихо, пока подсудимый ее не позовет.

Зал суда был переполнен. Прокурорша произнесла пламенную речь про нового Раскольникова и потребовала самого сурового наказания для подопечного. Тот попросил слова.

- Гражданин прокурор, вы меня обвиняли в том, что я старушку убил, а труп закопал?

- Да, а что такое?

- Да ничего. Просто вон там в углу сидит труп живой, пьяный и веселый.

Зал обалдел. Поднявшийся труп показал свой замызганный паспорт и был "идентифицирован".

Под гомерический хохот над местной Фемидой подсудимого повели к выходу. Зал на прощание устроил ему овацию. Но вместо освобождения его снова отправили в тюрьму, где через пару дней предъявили новое обвинение: **в изнасиловании потерпевшей на основании ее нового заявления...**

И на свободу бизнесмен вышел только через пять месяцев. И до сих пор боится называть свою фамилию и своих обидчиков...

Иван СЕСЛАВИНСКИЙ

Строки из писем

Жизнь - копейка, но взаймы ее никто не дает.

Ю. Климов, Москва

● ВОПРОС - ОТВЕТ

Как отразился кризис на состоянии фирм, занимающихся недвижимостью, и не опасно ли сейчас обращаться к их услугам?
К. Гусев

Отвечает руководитель отдела жилых помещений агентства недвижимости "Кондр" Игорь Савкин:

ПЕРЕФРАЗИРУЯ известное выражение, можно сказать, что кризиса у нас нет. Просто у людей появились новые проблемы: кому-то мы помогаем вложить в недвижимость деньги, с трудом выцарапанные из проблемных банков, кому-то получить дополнительные доходы путем обмена квартиры с доплатой и т. д. Другое дело, что ни до, ни во время, ни после кризиса не стоит обращаться к услугам мелких непрофессиональных агентств. Кстати, даже сейчас мы испытываем потребность в маклерах, и всех, имеющих опыт работы на рынке недвижимости, мы приглашаем в наше агентство.

Л. № 000051.

Многоканальный телефон агентства "Кондр" 956-48-46.

Публикуется на правах рекламы

Наташа фром Раша

АКТРИСУ Наталью АНДРЕЙЧЕНКО сегодня принято считать заезжей гостьей: у нее известнейший во всем мире муж - актер и режиссер Максимилиан Шелл, дома по всему миру, наконец, постоянные съемки на Западе... Однако сама актриса в России себя гостьей не считает. И хотела бы зваться просто: Наташа фром Раша. А то фамилию ее по-английски не выговоришь.

- Но гражданство-то у вас какое?

- А вот об этом говорить я не буду. У меня, если хотите, есть все гражданства. Я - гражданин мира. В Москве вот прописана, в Дегтярном переулке. А еще живу в Австрии, Америке.

- Вы много ездите по свету. А у вас есть какие-нибудь вещи, талисманы, с которыми вы никогда не расстаетесь, даже в переездах?

- Обязательно! Всегда беру с собой свои подсвечники, вязаные салфеточки, свечи. Когда еду в поезде, то, едва войдя в купе, сразу же зажигаю свечечку, и мне становится так хорошо! Жизнь ведь и так тяжелая, поэтому я стараюсь как-то "одобрить" то место, где нахожусь. Постоянно беру с собой книгу "Как сохранить очарование", но никак ее не открою. Если честно, я всегда держу ее около кровати, чтобы, выкурив по-хулигански последнюю сигарету перед сном, закрыть пепельницу книгой.

Однажды в три часа ночи я собирала окурки в подъезде.

- А как же "здоровый образ" жизни, на котором сегодня помешались американцы?

- Да, я безумно переживаю по поводу своего курения, все время сама себе даю обещания бросить. Но потом думаю: "А кайфу сколько?" - и продолжаю курить. Хотя понимаю, что сигареты - страшный наркотик. Гораздо более вредный, чем марихуана. На собственном опыте могу сказать: за марихуаной человек в три часа ночи из теплой квартиры не вылезет. А из-за сигареты побежит куда угодно. У меня был случай, когда я с приятелями в три часа ночи собирала окурки в своем подъезде.

Так что - не хочется лишать себя удовольствий! В последние моменты жизни, когда перед тобой будет прокручиваться пленка того, что в ней было, пусть человек увидит что-нибудь хорошее. Чем в жизни будет больше радости и удовольствий, тем легче будет выход души из тела.

- Что вас потрясло больше всего, когда вы стали сниматься в Голливуде?

- Во-первых, отношение режиссера и продюсера к актеру. В первый и последний день съемок обязательно дарят цветы. В Штатах у каждого актера есть дублер-двойник, на которого выставляют свет, репетируют мизансцены. Самому же актеру в заранее оговоренное время необходимо только выйти на площадку и сыграть эпизод. Если стоит выход на площадку в 5.56 утра, значит, именно в эти минуты и ни секундой позже состоится съемка.

- А у вас, стало быть, все не так?

- Пожалуйста, пример. Мне здесь назначают съемку в десять утра. Я, естественно, приезжаю на студию в десять, а там, как вы догадываетесь, никого. А потом еще за своей спиной я слышу разговор: "Андрейченко-то дура. Ровно в десять пришла. Больше всех надо, что ли? Даже уважающая себя гримерша на час опаздывает". Я этого понять не могу. Вот и получается, что здесь я уже другой человек, не та, что была раньше. Начинаю нервничать, беситься, когда вижу на своей гримерке перед съемкой огромный замок. И когда я возражаю против такого отношения к работе, про меня говорят: "Начинается выпендреж звезды".

На вручении «Оскара» проблема - в туалет сходить.

- Чего, по-вашему, в жизни делать не стоит?

- Бояться нельзя, потому что страх притягивает к себе опасность. Если ты чего-то боишься, это с тобой обязательно случится. Думай о хорошем. Дурные мысли и существуют для того, чтобы их отгонять.

И еще - ни в коем случае не смотреть телевизор. Не надо забивать себе голову плохими новостями, потому что и так всегда найдутся "доброжелатели", которые тебе все перескажут.

- В этом году вы были на церемонии "Оскара". Понравилось?

- Там перед входом в зал постелен красный ковер и столпотворение звезд. Они, как мартышки, стоят и ждут, когда у них возьмут интервью. Если же стоять в очереди не хочешь, к тебе тут же подбегает человек, занимавшийся картиной, и устраивает скандал. Так что приходится выстаивать и отвечать на набившие оскомину вопросы. Находясь на самой церемонии, большая проблема - выйти попить воды или в туалет сходить. И вот смотришь ты много часов на заранее отрепетированную церемонию, прерываемую через каждые семь минут для рекламы. Так что "Оскар" - это чистой воды рекламная акция, в которой ты просто обязан принимать участие, так как занят в этом бизнесе. Важно находиться там по делу, а не ради интереса. Вообще в Америке лучше всего находиться по делу.

Фото Сергея Гагарина

Игорь ИЗГАРШЕВ

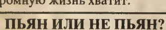
«Гражданин, вы пьяны!..»

"ГРАЖДАНИН, вы пьяны!" - так обычно начинается диалог строгого блюстителя порядка с гражданином, следующим домой с дружеской вечеринки. "Да что вы, сержант, я и выпил-то всего ничего", - говорит гражданин и тем самым делает первую ошибку на пути в медицинский вытрезвитель.



Фотоцентр "АиФ"

ВЫТРЕЗВИТЕЛИ - это коммерческие предприятия в структуре МВД, которые работают на условиях самоокупаемости по принципу: "Чем больше сдадим, тем лучше". Действительно, с каждого по 80 - 100 рублей - уже на скромную жизнь хватит.



ПЬЯН ИЛИ НЕ ПЬЯН?

ЭТО, что называется, вопрос интересный. Вообще-то медицина считает, что **содержание алкоголя в крови от 0,5 до 1 грамма на литр (промилле) соответствует легкой степени опьянения, 1 - 3 г/л - средней, и 3 - 5 г/л - тяжелой. Концентрация свыше 5 промилле является смертельной.** Правда, все эти нормы в законодательстве не закреплены, что, естественно, дает простор для злоупотребления властью. Милиции все равно - выпил гражданин 50 граммов или 500 (на практике - достаточно бутылки пива). Главное, что выпил. В силу явного идиотизма ситуации вопрос о введении предельно допустимых норм содержания алкоголя в крови уже достаточно давно обсуждается в треугольнике МВД - Минюст - Минздрав, но воз и ныне там.

Пока что каковы законы - таковы и средства аппаратного контроля. Например, индикаторная трубка контроля трезвости. Она дает ответ на вопрос, употреблял человек или нет, но не сообщает сколько. Впрочем, к нашему вопросу все это имеет отдаленное отношение - в вытрезвителях трубок все равно нет. Степень опьянения "на глазок" устанавливают фельдшер и сержант милиции, чье материальное благополучие напрямую связано с количеством отловленных граждан.

ПАЦИЕНТ ИЛИ АРЕСТАНТ?

ЧЕЛОВЕК, попавший в вытрезвитель, по закону, видимо, считается **административно задержанным** со всеми вытекающими отсюда последствиями. В том числе с некоторыми правами. Например, согласно "Положению о медицинских вытрезвителях", утвержденного в 1970(!) году, **"пациент" должен быть доставлен домой в том случае, если он в состоянии сообщить свой адрес.** Но это - в теории. На практике, если не повезет, гражданину запросто могут отказать даже в просьбе позвонить домой.

Могут ли вас обокрасть? Могут. Можно ли обвинить в этом сотрудников милиции? Нельзя. Доказать, что вы лишились денег именно в "лечебном учреждении", а не до попадания в него, не возьмется ии один адвокат.

Могут ли вас избить? Могут. Это, естественно, незаконно, но доказать, что вы были именно избиты сотрудниками милиции, а не наставили себе синяков да шишек самостоятельно, практически невозможно.

Могут ли вас связать? Могут. У милиции есть право "фиксировать", то есть попросту - связывать "пациента" "для прекращения буйства". А буянил он на самом деле или нет - доказательству не поддается. Кстати, в любом случае через два часа человека ОБЯЗАНЫ развязать.

Получается, права у вас как бы есть, но настаивать на их соблюдении не стоит - эффект скорее всего будет прямо противоположный.

А ПОУТРУ ОНИ ПРОСНУЛИСЬ...

ДЕЙСТВИТЕЛЬНО, что делать наутро? **Обязан ли человек подписывать протокол? Нет, не обязан!** Более того, гражданин может написать на предложенном бланке любые ремарки, вплоть до утверждения, что все написанное - сплошная "липа".

Если вы стопроцентно уверены в себе, протокол можно смело не подписывать. Сотрудник милиции обязан будет направить вас на экспертизу. Если вы выпили, допустим, 50 граммов водки, в заключении скорее всего будет сказано, что алкоголь в организме имеется, ио признаков опьянения нет. Поскольку заключение об опьянении делается по совокупности признаков (поведение, походка, речь и содержание алкоголя), это может вам помочь.

Согласно 694-му приказу Минздрава СССР, экспертиза алкогольного опьянения проводится врачами-наркологами в специальных лабораториях. По личному обращению гражданина в лаборатории **обязаны** сделать анализ крови и сообщить ему устное заключение. Письменное заключение с данными экспертизы выдаются на руки только при запросе организации, направившей своего сотрудника на анализ. В Москве такие лаборатории работают, например, при институте Склифосовского, при 17-й психиатрической больнице, больнице МПС, при районных наркологических диспансерах. В сельской местности лаборатории следует искать при **центральных районных больницах.**

РЕЗЮМЕ

НАША милиция очень не любит, когда рядовой гражданин знает свои права. А уж если ои настаивает на их соблюдении ("качает права") - это как красная тряпка для быка.

По закону, **"лица, находящиеся в легкой степени опьянения" не подлежат приему в медвытрезвитель.** На самом же деле туда запросто могут попасть совершенно трезвые люди, имеющие **признаки** опьянения. Например, несвязную речь и иетвердую походку, как при болезни Паркинсона. Наша система устроена так хитро, что это вам приходится доказывать, что вы невиновны, а не милиции - что вы виновны. **Вы виноваты уже в том, что попали туда.** В вытрезвитель надо не попадать, или попадать трезвым, или всегда иметь под рукой двух совершенно непьющих свидетелей. Ну а в идеале - вообще не выходить иа улицу.

Сергей ОСИПОВ

✉ Строки из писем

Говорят, два раза не живут. Но, по-моему, большинство людей и один раз не могут прожить жизнь достойно.

Мария Петрова, Архангельская обл.

НЕБЛАГОПРИЯТНЫЕ ДНИ НА НОЯБРЬ

(Центральная часть России)

3, вторник (15-17),
6, пятница (16-18),
9, понедельник (11-13),
12, четверг (13-14),
18, среда (14-16),
22, воскресенье (15-17),
25, среда (11-13),
28, суббота (12-14).

По данным д. м. н. В. Хаснулина

● РОССИЙСКИЕ ПАРАДОКСЫ

Жить стали... дольше?

Неужели правда, что в России увеличилась продолжительность жизни? Возможно ли такое в наших условиях? Или это попытка успокоить народ: дескать, у нас не так все плохо?

Л. Долгов, Москва

На вопрос отвечает Р. ОГАНОВ, директор ГНИЦ профилактической медицины:

-ЭТО кажется парадоксальным, ио статистика действительно говорит о том, что по сравнению с 1994 г. смертность в России снизилась на 15%, а продолжительность жизни увеличилась у мужчин до 61 года (было 57,6), у женщин до 73 (было 61). Возможно ли такое в наших условиях? Как видите, да. Вопрос, за счет чего?

Точно иикто сказать не может, так как серьезных масштабных исследований на этот счет ие проводилось. Вероятных вариантов иесколько. **Во-первых,** смертность в принципе имеет тенденцию к колебаниям: в целом она, например, идет вверх, но в отдельные годы может снижаться, через 2-3 года снова увеличиваться - это естественный процесс. **Второй вариант** - люди, не выдержавшие психосоциального стресса начала 90-х годов, умерли, а те, кто остался, в какой-то степени адаптировались к происходящему. Наконец, **третье** возможное объяснение: в общей массе (не берем в расчет крупные города) иаселение стало питаться проще: резко сократилось потребление мяса, молочных продуктов, яиц - всего того, что при избыточном употреблении ведет к атеросклерозу, а значит, и к развитию сердечных болезней, являющихся одной из основных причин смертности. А из очередного, 44-го, номера газеты "АиФ. Здоровье" вы узнаете, что:

✔ Ричард Сид собирается склонировать самого себя;

✔ У японцев подмышки не потеют;

✔ "Неотложка" умудряется работать и за 101-м километром.

ЗДОРОВЬЕ АРГУМЕНТЫ И ФАКТЫ

Подписной индекс 32128

• ПОГОДА С 28.10 ПО 3.11

В ритме зимнего времени

КОНЕЦ октября. Через несколько дней наступит ноябрь - *"ворота зимы"*. Скоро холод, дожди и туманы. Ноябрь - самый "туманистый" месяц в году. Но если кому повезет увидеть утром опушку осеннего леса, залитую густым туманным облаком, в котором угадываются не то кусты, не то странные лесные существа, тот поймет, что предзимье - не самая худшая пора. Да и на юге страны (**Черноморское побережье, Ростов, Краснодарский и Ставропольский края**) осень только напоминает о себе, а кое-где так просто лето в разгаре. Теплынь (**до +25°**) радует курортников, температура воды в Сочи не опускается ниже 20°.

А вот, например, на прошлой неделе в южноуральских городах **Екатеринбурге, Челябинске, Кургане, Оренбурге** да и на **Алтае** зима началась необычайно рано. Снегу навалило много, и он как будто обосновался тут до весны. Сейчас там пригрело солнце, температура поднялась до **+10, +15° (на 5-7° выше нормы)**, от снега не осталось и следа. В общем, снова лето.

Народных примет на эту неделю осени в календаре не найти. Зато в гражданском календаре **30 октября** - заметная осенняя дата. Именно в этот день вышел **указ императора Николая I о создании в России первых сберегательных касс**. В **1841-м** сберкассы открылись в Москве, а через год и в Санкт-Петербурге. Осенний листопад **1998 года** странным образом совпал с падением курса национальной валюты, и потому эта замечательная дата нашей истории сегодня вспоминается не без грусти.

В НОЧЬ с 24 на 25 октября стрелки наших часов были переведены на зимнее время, то есть на 1 час назад. История сезонных перемен времени в нашей стране и за рубежом - тема особая, во многом спорная. О влиянии на наше здоровье этого нового, назначенного сверху ритма у медиков есть свое мнение.

Практически здоровый человек хорошо адаптируется к новому режиму, он может и не ощутить сбоя в своем обычном биологическом ритме. А вот **люди с тяжелыми хроническими недугами, психоэмоциональными нарушениями, пожилые люди и особенно детвора переносят эту перемену иногда очень тяжело.** Рецепты обычные: изменить немного ритм жизни, ослабить нагрузки, конечно же, обязательны прогулки на воздухе, лучше перед сном, укрепляющие средства: женьшень, элеутерококк, контрастный душ по утрам.

Город, регион	Ночь, t°	День, t°	Погодные условия
Мурманск	около 0	0, +5	В отдельные дни осадки, порывистый ветер
Вологда, Киров, Архангельск	-3, +2	0, +5	
Воркута	-5, -10	0, -5	В отдельные дни снег
Псков, Новгород	-1, +4	+2, +7	В отдельные дни осадки
Калининград	+1, +6	+5, +10	В отдельные дни дождь
Нижний Новгород, Чувашия	-3, +2	+6, +11	В отдельные дни кратковременный дождь
Смоленск, Брянск	-1, +4	+3, +8	
Рязань, Тверь	-2, +3	+2, +7	В отдельные дни осадки
Воронеж, Курск, Липецк	+2, +7	+4, +9	В отдельные дни кратковременный дождь
Самара, Ульяновск	+3, +8	+8, +13	
Волгоград	+2, +7	+7, +12	
Астрахань	+4, +9	+9, +14	
Ростов-на-Дону	+2, +7	+7, +12	
Краснодар, Ставрополь	+5, +10	+11, +16	В отдельные дни дождь
Пермь, Екатеринбург	0, +5	+4, +9	В отдельные дни осадки
Тюмень	-2, -3	+1, +6	В отдельные дни кратковременные осадки
Норильск	-7, -12	-2, -7	В отдельные дни снег
Омск, Томск, Новосибирск, Кемерово, Алтайский край	-1, +4	+3, +8	В отдельные дни кратковременные осадки
Красноярск	0, -5	0, +5	
Иркутск, Чита, Бурятия	-2, +3	+1, +6	В отдельные дни осадки
Якутск	-7, -12	-2, -7	В отдельные дни снег
Юг Хабаровского края и Амурской области	-8, -13	0, -5	В отдельные дни снег, порывистый ветер
Приморье	+1, +6	+6, +11	В отдельные дни дождь
Анадырь	-5, -10	-1, -6	В отдельные дни снег, порывистый ветер
Камчатка, юг север	-1, +4 -5, -10	+2, +7 -2, -7	В отдельные дни дождь, на севере снег
Санкт-Петербург	-1, +4	+2, +7	В отдельные дни осадки
Москва	- 3, +2	+3, +8	

По данным **Росгидромета,** на предстоящей неделе неустойчивая геомагнитная обстановка ожидается **28, 29, 30 октября и 3 ноября.**

• СЕНСАЦИОННАЯ ЭКСПЕДИЦИЯ

CONSCIOUSNESS RESEARCH EXPEDITION • RUSSIA •

Почему «мертвую» воду надо запивать «живой»

*МЫ уже рассказывали нашим читателям о научных экспедициях известного российского офтальмолога и исследователя **Эрнста МУЛДАШЕВА**. В поисках истоков земных цивилизаций он не раз побывал в труднодоступных местах Гималайских гор. И вот новая экспедиция в район Малого Тибета. Нашему корреспонденту **Николаю ЗЯТЬКОВУ** удалось встретиться и побеседовать с ним накануне его отъезда в Индию.*

- Эрнст Рифгатович, вы пришли к заключению о существовании в пещерах Гималаев так называемого генофонда человечества. Если я правильно понял, главная цель новой экспедиции - попытаться проникнуть в эти пещеры и своими глазами увидеть тела людей предыдущих цивилизаций, а также провести исследования генофонда и снять все это на видео.

- Это неимоверно трудная задача, а посему наше любопытство, возможно, так и останется неудовлетворенным. Лучшие представители всех цивилизаций, включая древнейших лемурийцев и атлантов, входили в состояние Сомати (до сих пор непознанный и неподдающийся научному объяснению способ самоконсервации человеческого тела) не для того, чтобы стать объектом исследований. **Это место** - святая святых на планете - **создано какими-то высшими силами, дабы уберечь и подстраховать разумную жизнь на Земле.** В случае глобальной катастрофы представители генофонда позволят человечеству возродиться и дать ростки новой цивилизации.

Сомати-пещеры ограждены мощным психоэнергетическим барьером, силу которого я ощутил на себе во время прошлых экспедиций. И все же мы надеемся получить новые сведения о генофонде человечества и феномене Сомати. Я думаю, эти данные помогут нам в разработке принципиально новых методов лечения таких тяжелейших заболеваний, как рак, диабет и многих других. Первые шаги в этом направлении уже сделаны.

- Что вы имеете в виду?

- Я пришел к заключению, что народные сказания и легенды в большинстве случаев имеют под собой реальную историческую основу. Вспомним, например, **сказку о скатерти-самобранке.** В одной из экспедиций на юг Индии я сам видел, как Саи-Баба (его еще называют современным святым) "материализовывал" пепел и рис. Помощники Саи-Бабы считают, что человеческие ткани, трансплантированные в живой организм, способны подвергаться дематериализации, т. е. превращаться в божественную энергию сознания. Не потому ли изобретенный нами препарат "Аллоплант", приготовленный из человеческих тканей, обладает огромным биоэнергетическим потенциалом и при пересадке в живой организм обеспечивает мощный лечебный эффект.

В случае глобальной катастрофы представители генофонда позволят человечеству возродиться и дать ростки новой цивилизации.

Или другой пример - хорошо всем известная **легенда о "живой" и "мертвой" воде.** Нам удалось найти сведения о том, что в труднодоступном месте, в Гималаях, есть озеро с "мертвой" водой. Ее пьют йоги, чтобы избавиться от негативной внутренней энергии перед тем, как войти в состояние Сомати. Рядом с озером расположена пещера, из которой вытекает ручеек с "живой" водой, используемой йогами для вывода человека из Сомати, чтобы его "оживить". В этой экспедиции мы постараемся найти озеро и пещеру.

- Как вы думаете, "живая" и "мертвая" вода оказывает воздействие только на йогов? Обычному человеку она тоже не противопоказана?

- Каждая наша клетка имеет два противоположных гена - ген смерти и ген жизни. Я думаю, что "мертвая" вода будет избирательно стимулировать ген смерти - негативных патологических клеток (раковых, клеток рубца и проч.), а "живая" вода будет стимулировать ген жизни нормальных клеток, т. е. вызывать эффекты их оздоровления и омоложения. Все это как раз и является объектом наших исследований.

- И все же, как мне кажется, наибольший интерес у вас и у всех, кто с нетерпением ждет завершения экспедиции, вызовет встреча с представителями мифического и таинственного генофонда земли. Готовы ли к ней вы и ваша команда?

- Надеюсь. Для этого мы берем с собой необходимую аппаратуру для изучения биополя человека. Наш специалист по физике поля, зам. руководителя экспедиции Валерий Лобанков имеет большой опыт такой работы. Мы планируем обследовать адептов (людей, живущих 200-500 лет и более) и людей в состоянии Сомати, пусть даже и находящихся непродолжительное время. Эти исследования могут очень много дать медицине, ведь, на наш взгляд, адепты способны за счет внутренней энергии добиваться постоянного обновления своих клеток, включая клетки головного и спинного мозга.

- Как долго продлится ваша экспедиция?

- Один-два месяца. О ее результатах читатели узнают из вашей газеты, а также из репортажей **Елены Масюк** (поскольку это совместный проект "АиФ", НТВ и Всероссийского центра глазной и пластической хирургии). Пользуясь случаем, хотел бы выразить особую благодарность ЗАО "Ойлтрейдмаркет" и В. Скворцову за то, что в столь трудные времена нам оказали материальную поддержку.

• РАБОТА И ДОСУГ •